



(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
		1	2	3	4	5	
		<b>FESTIVO</b> (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	Arroz negro Croquetas y empanadillas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Flan y pan Black rice Croquettes & meat pastries with lettuce salad with sweetcorn & black olives Crème caramel and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Bolognese spaghetti Baked hake with sautéed carrots Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Dairy (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 817 HC: 115 Prot: 38 Lip: 26
6	7	8	9	10	11	12	
Patatas a la riojana Huevos gratinados con tomate Yogur y pan Riojana style potatoes Eggs au gratin with tomato Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	Lentejas con verduras Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Vegetable lentils Kassler with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos	Espirales al ajillo Merlán al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Spiral pasta with garlic Baked whiting with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	Guisantes salteados con jamón Hamburguesa de ternera con ketchup y patatas Fruta y pan Peas with ham Beef hamburger with ketchup & chips Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	Crema de calabaza Palometa con tomate con pisto Fruta y pan Cream of butternut squash Pomfret with tomato sauce with ratatouille Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Potatoes and Dairy (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Kcal: 651 HC: 71 Prot: 30 Lip: 27
13	14	15	16	17	18	19	
Judías verdes rehogadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Yogur y pan Sautéed green beans Spanish potato omelette with lettuce, tomato & cheese salad Yoghurt and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Arroz napolitana Ventresca de merluza al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Baked hake with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	<b>JORNADA ESCOCESA</b> Rumbledethumbs Broiled Haddock con ensalada Cranachan y pan Rumbledethumbs Broiled Haddock with salad Cranachan and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta	Crema de legumbres Lomo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Cream of legumes Tenderloin with garlic with french fries Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Fruit (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	Kcal: 627 HC: 73 Prot: 30 Lip: 23
20	21	22	23	24	25	26	
Sopa de picadillo Magro en salsa con patatas fritas Yogur y pan Broth with ham & egg bits Lean pork in sauce with french fries Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	Alubias pintas estofadas Caella a la andaluza con arroz y champiñones Fruta y pan Stewed pinto beans Andalusian style blue shark with rice & mushrooms Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	Coditos gratinados Huevos revueltos con picadillo con lechuga y palitos de cangrejo Fruta y pan Grilled pasta Mixed meat with egg with lettuce & crab sticks Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Crema de calabacín con queso Pollo al chilindrón con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cream of zucchini with cheese Chicken in "chilindrón" gravy with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Fruta	Arroz con boloñesa de atún Limanda a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tuna bolognese sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	Kcal: 701 HC: 81 Prot: 35 Lip: 28
27	28	29	30				
Lentejas a la riojana Tortilla de queso con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rioja style lentils Cheese omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	Espaguetis napolitana Rape al horno con lechuga y tomate Fruta y pan Spaghetti neapolitan Baked monkfish with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	Arroz milanese Filete de pollo con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y pan Milanese rice Chicken steak with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos				Kcal: 728 HC: 84 Prot: 39 Lip: 30